

青少年社交媒体暴露与容貌焦虑及媒介健康素养关系的研究进展

李韬^{1,2}, 王漏洱¹, 冯贺霞²

1.北京师范大学新闻传播学院,北京 100875; 2.北京师范大学中国社会管理研究院

【摘要】 数字化为青少年提供了多元的娱乐和社交途径,但全新的媒介环境可能会给青少年的心理健康带来一定风险。文章阐述了社交媒体暴露与社交容貌焦虑之间的关系及社会比较的中介作用,并将提升媒介健康素养作为潜在的可行解决方案,旨在阐明数字媒介环境下青少年社交容貌焦虑的形成机制,为减轻青少年社交容貌焦虑提供治理建议,从而更好地帮助青少年在数字时代抵御风险、健康成长。

【关键词】 信息交流媒体;焦虑;健康教育;青少年

【中图分类号】 R 179 B 844.2 TN 919.8 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1000-9817(2024)11-1663-05

Research progress on social media exposure, appearance anxiety and media health literacy among adolescents/LI Tao^{*}, WANG Geer, FENG Hexia. * School of Journalism and Communication of Beijing Normal University, Beijing (100875), China

【Abstract】 Digitalization provides adolescents with a variety of ways to entertain and socialize, but the new media environment may pose certain risks to their mental health. The paper expounds the relationship between social media exposure and social appearance anxiety, as well as the mediating role of social comparison. It also would enhance media health literacy as a potential solution. The aim is to clarify the formation mechanism of social appearance anxiety among adolescents in the digital media environment and provide governance recommendations to reduce social appearance anxiety among adolescents, so as to better help adolescents to resist risks and grow up healthy in the digital age.

【Keywords】 Communications media; Anxiety; Health education; Adolescent

根据中国互联网络信息中心发布的《第 5 次全国未成年人互联网使用情况调查报告》^[1],2022 年中国未成年网民规模已经超过 1.93 亿。社交媒体已经成为年轻人生活中不可或缺的一部分,但由媒介使用引发的孤独、焦虑等心理健康问题也尤为突出^[2]。2023 年,教育部在新闻发布会中提到,“加强学生心理健康工作上升为国家战略”^[3]。因此,剖析和解决与媒介相关的青少年心理问题是当下传媒与心理学界至关重要的研究方向。

随着近年来以视觉化内容作为载体的社交媒体逐渐兴起,也滋生出青少年日益严重的“容貌焦虑”等心理问题,数据显示 60% 的中国大学生自我报告有不同程度的容貌焦虑^[4]。现有研究中,学者已基本证明社交媒体使用与青少年容貌焦虑等负面心理问题间的关系^[5-6]。社交容貌焦虑是学界较为关注的与外貌相关的焦虑问题,它与个体的身体外观及对他人参与评估的信念和看法有关,也和当下多元的线下、线上社交场景与活动紧密关联^[7]。因此,本文从社会比较理论的角度出发,着重厘清青少年社交媒介接触与容貌焦虑之间的逻辑关系;在此基础上回顾由社交媒介

暴露为青少年带来的负面心理影响可能的解决方案——媒介健康素养的发展历程,并对如何将其作为预防及缓解心理健康问题的干预途径给出相应建议,旨在为缓解青少年心理问题提供可行方案。

1 青少年社交媒体暴露与社交容貌焦虑的关系

1.1 青少年社交媒体暴露对社交容貌焦虑的影响

社交媒体具有在一个平台上整合不同来源信息的能力,且提供了更高的互动性,并在参与活动中传达更为具体的社会规范,从根本上改变融合媒体环境下的媒体暴露^[8-9]。在社交媒体暴露所导致的心理负面影响中,社交容貌焦虑是一种对被他人外表上给予负面评价的恐惧^[10]。从 Hart 等^[11]开发的测量标准看,可能影响社交容貌焦虑的因素包括外部标准的内化及对吸引力关注在内的多个方面。现有研究大都基于传播学及社会心理学理论的视角,探究社交媒体使用与青少年社交容貌焦虑之间的关系^[12-13]。处在青春期的个体会在社交媒体上花费时间专注于形象,这是一个关注外表、自我物化的关键时期^[14]。有学者从拟态环境的概念出发,分析媒体导致与容貌相关的负

【基金项目】 贵州省理论创新课题(GZLCWT-2024-9)

【作者简介】 李韬(1978-),男,安徽淮南人,博士,教授,主要研究方向为数字治理、健康传播。

面情绪的“潜伏期”“形成期”与“强化期”，论证社交媒体上的拟态环境促使青少年陷入“容貌焦虑”的闭环中^[15]。实证结果表明，青少年社交媒体使用强度和社交容貌焦虑之间存在一定相关性^[9,12]。具体来说，相较于一般性的媒介使用，社交媒体上参与容貌相关的内容、特别是经过修饰和增强的理想容貌图片与青少年审美内化、身体不满等可能导致焦虑的心理状态有关^[16-17]。

1.2 青少年社交媒介暴露与社交容貌焦虑间的双向影响 除社交媒体使用会导致社交容貌焦虑外，社交容貌焦虑程度也会反向影响青少年的社交媒体使用情况^[7]。研究表明，与外表相关的担忧是影响女性青少年问题化社交媒体使用的关键因素之一^[18]。问题化的社交媒体使用也被称作社交媒体成瘾，评判标准包括显著社交活动、诱导情绪变化、产生耐药性、戒断反应、复发、对现实生活产生冲突^[7]。社交容貌焦虑会加剧问题化的社交媒体使用，具有社交容貌焦虑者害怕别人的负面看法，渴望自己的外表不受关注，社交媒体使用会降低暴露自己容貌的风险^[19-20]。同时，社交媒体也为用户提供塑造自我形象的环境，从而使容貌能够以用户本人所希望的方式被看到^[21]，因此高社交容貌焦虑的青少年会积极使用社交媒体与人交流和展示自己。而一些主动的社交媒体活动，如分享照片等也会导致高审美标准的内化^[22]。基于数字技术的个人照片编辑行为也可能助长年轻社交媒体用户对自我形象的担忧，有引发社交容貌焦虑等心理困扰的风险^[23]。以上研究提示社交媒体接触和社交容貌焦虑之间可能比简单的相关关系更复杂，也可能在不同性别和年龄组中有不同的反映，可以作为未来研究的重点。

2 社会比较在社交媒体暴露与社交容貌焦虑间的中介作用

2.1 社会比较中介媒介暴露与社交容貌焦虑的关系 社交容貌焦虑的成因较为复杂，受到社会文化环境、个体差异、媒介使用等多方面的影响。作为可能的心理中介机制，社会比较是一个较为重要且需加以研究的突破口^[24]。社会比较理论由 Festinger^[25]在 1954 年提出，其核心论点是当客观标准无法满足人类自我评估的目标时，人们会尝试与他人比较，用别人的意见和能力评价自己。媒介暴露与容貌类社会比较密切相关，研究人员通过实验发现，视觉类社交媒体平台接触会导致女性群体产生外观上的社会比较^[26]。在社交媒体上与理想化体型的社会比较会导致自己的身体形象态度发生负面变化^[27]。与容貌相关的比较

在青春期尤为重要，研究表明青春发育期的女孩会因自己的外表差异而产生社会比较^[28]。媒介作为当下青少年日常生活的重要组成部分，很大程度上塑造了他们对社会的基本理解。实证结果表明，与媒体图像的社会比较与更频繁的自我身体审视，也会引发焦虑、内疚等负面情绪^[29-30]。

2.2 社交媒体上的高审美标准导致容貌上行比较 社交媒体对容貌的理想化呈现可能会导致比面对面比较更极端的社会比较^[31]。与优于自己的人比较被称为上行比较^[30]，这种比较通常产生比较负面的结果。在建构自我认知过程中，有研究发现年轻女性更容易在评估自己的外表时与完美的名人进行上行比较^[32]。在传统媒体时代，与杂志或电视广告中的女性模特进行社会比较，在青少年女性媒介暴露和对自身容貌的不满中起到一定作用^[33]。当青少年与媒体上的理想容貌图片进行比较时，他们可能会认为比较目标的特征是无法实现的，这可能与负面情绪影响有关^[30]。有研究同样表明，暴露于社交媒体环境下，研究同样说明了青少年会与网络名人进行比较，并认为自己的容貌比他们差得多^[6]。更重要的是相较于传统媒体，受众更倾向于认为社交媒体上的审美标准反映了生活中的真实情况，因此更加具有影响力^[34]。社交媒体上的用户在高审美标准的鼓励下，也会投入更多的时间和精力管理在线形象^[27]，这种自我形象维护也在不断加剧用户间的上行比较^[35]。

2.3 社交媒体的社交属性导致同伴间的比较 社交媒体加剧与容貌相关的社会比较的另一个原因是，平台上的朋辈比较被反复强化。较之传统媒体，社交媒体具有更近的感知距离，因为大多是由与受众相似的同龄人贡献，因此更可能被视为合适的社会比较目标^[36]。Hoffman 等^[37]发现，上行社会比较在何时会导致自卑、羞耻、不满等负面情绪，可能与个体对比较对象的看法与评估有关。当比较对象与自己在比较维度之外的其他维度上有相似时，这种负面情绪可能会更为强烈^[38]。研究表明，通过社交媒体进行比较的频率较之传统媒体更高，因为青少年将同龄人视为比杂志上的模特更相关的比较目标^[34]。社交媒体参与会增加女性的同龄人外表压力，进而导致身体不满^[39]。如今，社交媒体不仅能够使得青少年关注明星、网络红人的完美容貌信息，也能让他们接触到更有吸引力的同龄人形象。对于青少年来说，社交媒体引发的同伴间的比较也同样会使她们产生社交容貌焦虑的心理倾向^[40]。

3 媒介健康素养教育及其缓解容貌焦虑的作用

3.1 媒介健康素养发展历程 媒介健康素养是由健

康素养和媒介素养等概念整合、延展出的新兴术语^[41]。世界卫生组织将“健康素养”定义为“以促进和保持良好健康和福祉的方式获取、理解、评价和使用信息和服务”的能力^[42]。随着数字媒体和电子健康产业的发展,学者们构建了电子健康素养的概念,即受众利用通信技术“定位、理解和评估在线健康信息并做出健康决定”的能力^[43]。具有高电子健康素养的青少年需要有能力区分不同的网站信息,并做出明智的健康决定。一项针对青年医学生的研究显示,电子健康素养较高的个体,在健康责任意识与健康知识储备方面可能有积极作用,从而矫正不良健康态度与行为,促进健康生活方式的养成^[44]。Paige 等^[45]建立一个 8 项量表用于测量电子健康素养,其中包括关于健康内容的媒介素养量表,量表中交叉了电子健康素养和媒介素养 2 个大概念。进入 21 世纪以来,媒介素养教育一直是世界各地基础教育的重要内容之一,青少年不仅要有媒介技术的操作能力,还必须具备批判性思考媒介及其中包含的信息的能力。为更好地理解数字时代健康内容在新媒体平台上的传播,以及媒介对受众健康问题可能产生的影响,学者将电子健康素养和媒介素养的交界处细化为一个新的概念,即媒介健康素养,包括识别媒体中与健康相关内容的的能力^[46]。在探讨媒介健康素养问题时,应考虑媒介为大众提供的有害内容,尤其是受众对不利于自身健康的内容的识别与评估能力^[47]。综上所述,媒介健康素养既包含对媒介传达信息的思考,同时又为受众提供与健康有关的建议,旨在通过对媒介信息的批判性理解教育,让受众理性看待媒介中与健康相关的内容,从而减少此类内容造成的负面健康影响。

3.2 媒介健康素养是缓解社交容貌焦虑的有效途径之一 过于理想化的审美标准是社交媒体向青少年传达的不健康信息之一,媒介健康素养的衡量和培养与个体对媒介内容的批判性思考能力相关,因此,加强对媒介健康素养的干预可以减少其带来的心理健康风险。媒介健康素养旨在通过对媒介信息的批判性理解教育,减少媒介对观众的负面健康影响;拥有高水平的媒介健康素养是指达到可以帮助他们实现健康目标的程度^[48]。Fleary^[49]研制了一个 22 项的媒介健康素养量表测试青少年媒介健康素养对媒介使用和健康结果之间关系的影响,量表通过向青少年展示具体的图片和提问测量媒介健康知识的 3 个类别(识别/鉴定、影响/批判性分析、行动/反应)。Nazarinia 等^[47]编制的媒介健康素养量表,主要完善了对健康信息的识别和批判性思维维度的测量,具有良好的信度和效度,研究表明当女性能够过滤或拒绝接受媒

介带来的理想容貌标准时,她们的心理情况是更加积极和健康的^[50]。媒介素养的保护作用体现在观众对媒介中内容的可信度进行批判性思考,认识到媒体内容背后的目标及潜在有害影响,并深入分析其展现的理想外表形象,减少与理想容貌的社会比较,减轻媒介对心理产生负面影响的可能^[7,51]。此外,公共卫生和教育部门可以在进行媒介健康素养教育时,鼓励青少年在社交媒体上为朋辈提供更多社会支持;并提倡他们以更全面和功能性的方式看待自己的身体,关注身体在生活中的作用及身体健康的重要性^[52]。基于学校的媒介健康素养干预对青少年有积极的影响,可以减少他们对身体形象的负面关注、瘦身内化的态度和饮食方面的关注^[48]。

4 小结与展望

本文通过社会比较理论,阐述社交媒体暴露与社交容貌焦虑之间的关系,并对媒介健康素养的缓解作用进行说明,从提升媒介健康素养的 3 个方面出发,对由社交媒体暴露带来的青少年容貌焦虑的治理给出一定思路。从现有文献来看,对青少年媒介暴露与社交容貌焦虑的研究处在起步阶段,二者之间的相关性得到初步论证,测量标准逐步完善^[11-17];部分研究基于传统媒体背景,在新媒体时代可能需要进行重新测量和评估^[33,53]。值得注意的是,由于社交容貌焦虑具有很强的社会属性,在研究中考虑社交媒体的独特功能和特点,将其与传统单向传播媒介区分开更有意义。

由于青少年群体的身心尚未完全成熟,青少年的心理健康及网络保护工作需要全社会的参与。《中华人民共和国未成年人保护法》^[54]着重强调国家、社会、学校和家庭在青少年全面教育中的责任和义务。(1)通过政府的引导和相关规范的施行,让民众意识到媒介健康素养的重要性,培养大众在网络时代下批判性思考的能力。(2)网络平台应做好自我审查,全面建立“青少年模式”下的监管机制,为青少年提供健康的、适合该年龄段心理健康情况的内容;在算法与操作界面的设计上,也应考虑对用户可能造成的负面心理影响。(3)学校与家庭应在青少年的心理健康保护问题中承担重要责任,全面开展心理健康教育、媒介健康素养教育工作,主动关心青少年在成长过程中的心理变化,培养青少年对媒介中健康信息的批判性思考能力,促进青少年健康使用网络及社交媒体。在以往经验基础上,研究人员需要考虑我国国情和当下中国青少年成长情况,以高度关注、动态发展的视角应对媒介健康教育的时代挑战;希望在全社会的积极关

注下,青少年在面对复杂的媒介环境时,能够以较高素养抵御风险,以健康身心享受数字社会带来的便利。

利益冲突声明 所有作者声明无利益冲突。

参考文献

- [1] 中国互联网络信息中心.《第5次全国未成年人互联网使用情况调查报告》发布[EB/OL].(2023-12-25)[2024-11-06].<https://www.cnnic.net.cn/n4/2023/1225/c116-10908.html>.
China Internet Network Information Center. The 5th National Survey Report on Minors' Internet Use was released[EB/OL].(2023-12-25)[2024-11-06].<https://www.cnnic.net.cn/n4/2023/1225/c116-10908.html>.(in Chinese)
- [2] 袁立庠,刘杨.社交媒体对大学生的影响分析:基于安徽高校的调查[J].现代传播(中国传媒大学学报),2015,37(4):144-148.
YUAN L X, LIU Y. An analysis of the influence of social media on college students: based on a survey of Anhui universities[J]. Mod Commun (J Commun Univ China), 2015,37(4):144-148.(in Chinese)
- [3] 中华人民共和国教育部.加强学生心理健康工作上升为国家战略[EB/OL].(2023-10-09)[2024-09-26].http://www.xinhuanet.com/politics/2023-10/09/c_1129907291.htm.
Ministry of Education of the PRC. Strengthening students' mental health has become a national strategy[EB/OL].(2023-10-09)[2024-09-26].http://www.xinhuanet.com/politics/2023-10/09/c_1129907291.htm.(in Chinese)
- [4] 曹亮.你是否也有容貌焦虑?[EB/OL].(2021-07-22)[2024-11-08].<https://baijiahao.baidu.com/s?id=1705953640750668654&wfr=spider&for=pc>.
CAO J. Do you have appearance anxiety?[EB/OL].(2021-07-22)[2024-11-08].<https://baijiahao.baidu.com/s?id=1705953640750668654&wfr=spider&for=pc>.(in Chinese)
- [5] 魏祺,孙晓军,连帅磊,等.社交网站使用对体像满意度的影响:体像比较的中介作用和自我客体化的调节作用[J].心理科学,2017,40(4):920-926.
WEI Q, SUN X J, LIAN S L, et al. The effect of using social networking sites on body image satisfaction: the mediating role of body image comparison and the moderating role of self-objectification[J]. J Psychol Sci, 2017,40(4):920-926.(in Chinese)
- [6] FARDOULY J, VARTANIAN L R. Negative comparisons about one's appearance mediate the relationship between facebook usage and body image concerns[J]. Body Image, 2015,12:82-88.
- [7] BOURSIER V, GIOIA F, GRIFFITHS M D. Do selfie-expectancies and social appearance anxiety predict adolescents' problematic social media use? [J]. Comput Human Behav, 2020,110:106395.
- [8] GUIZZO F, CANALE N, FASOLI F. Instagram sexualization: when posts make you feel dissatisfied and wanting to change your body[J]. Body Image, 2021,39:62-67.
- [9] OHME J, ALBAEK E, DE VREESE C H. Exposure research going mobile: a smartphone-based measurement of media exposure to political information in a convergent media environment [J]. Commun Methods Meas, 2016,10(2/3):135-148.
- [10] BOURSIER V, GIOIA F, GRIFFITHS M D. Objectified body consciousness, body image control in photos, and problematic social networking: the role of appearance control beliefs [J]. Front Psychol, 2020,11:147.
- [11] HART T A, FLORA D B, PALYO S A, et al. Development and examination of the Social Appearance Anxiety Scale [J]. Assessment, 2008,15(1):48-59.
- [12] TRAS Z, ÖZTEMEK K, BALTACI U B. Role of problematic Internet use, sense of belonging and social appearance anxiety in Facebook use intensity of university students [J]. Int Educ Stud, 2019,12(8):1.
- [13] PAPAPANOU T K, DARVIRI C, KANAKA-GANTENBEIN C, et al. Strong correlations between social appearance anxiety, use of social media, and feelings of loneliness in adolescents and young adults [J]. Int J Environ Res Public Health, 2023,20(5):4296.
- [14] SANDHU T, SANDHU S. Body consciousness and self-objectification in gen Z adolescent girls [J]. Curr Res Psychol, 2021,9(1):1-13.
- [15] 张静怡.拟态环境视阈下“容貌焦虑”现象成因分析[J].教育传媒研究,2022(5):84-86.
ZHANG J Y. An analysis of the causes of "appearance anxiety" phenomenon under the view of pseudo-environment [J]. J Educ Media Stud, 2022(5):84-86.(in Chinese)
- [16] TIGGEMANN M, ZINOVIEV K. The effect of enhancement-free Instagram images and hashtags on women's body image [J]. Body Image, 2019,31:131-138.
- [17] HAWES T, ZIMMER-GEMBECK M J, CAMPBELL S M. Unique associations of social media use and online appearance preoccupation with depression, anxiety, and appearance rejection sensitivity [J]. Body Image, 2020,33:66-76.
- [18] GIOIA F, GRIFFITHS M D, BOUESIER V. Adolescents' body shame and social networking sites: the mediating effect of body image control in photos [J]. Sex Roles, 2020,83:773-785.
- [19] CANOĞULLARI Ö, YILMAZ Y, UYSAL A E. Investigation of social media addiction in adolescents in terms of social appearance anxiety and social desirability: social media addiction [J]. JCER, 2023,10(4):1025-1034.
- [20] DOGAN U, ÇOLAK T S. Self-concealment, social network sites usage, social appearance anxiety, loneliness of high school students: a model testing [J]. J Educ Train Stud, 2016,4(6):176.
- [21] WEINSTEIN A, DORANI D, ELHADIF R, et al. Internet addiction is associated with social anxiety in young adults [J]. Ann Clin Psychiatry, 2015,27(1):4-9.
- [22] HOLLAND G, TIGGEMANN M. A systematic review of the impact of the use of social networking sites on body image and disordered eating outcomes [J]. Body Image, 2016,17:100-110.
- [23] LEE M, LEE H H. Social media photo activity, internalization, appearance comparison, and body satisfaction: the moderating role of photo-editing behavior [J]. Comput Human Behav, 2022,114:106579.
- [24] GROESZ L M, LEVINE M P, MURNEN S K. The effect of experimental presentation of thin media images on body satisfaction: a Meta-analytic review [J]. Int J Eat Disord, 2002,31(1):1-16.
- [25] FESTINGER L. A theory of social comparison processes [J]. Hum Relat, 1954,7(2):117-140.
- [26] ENGELN R, LOACH R, IMUNDO M N, et al. Compared to Facebook, Instagram use causes more appearance comparison and lower

- body satisfaction in college women[J]. *Body Image*, 2020,34:38-45.
- [27] MCCOMB S E, MILLS J S. The effect of physical appearance perfectionism and social comparison to thin-, slim-thick-, and fit-ideal Instagram imagery on young women's body image[J]. *Body Image*, 2022,40:165-175.
- [28] RAPEE R M, MAGSON N R, FORBES M K, et al. Risk for social anxiety in early adolescence: longitudinal impact of pubertal development, appearance comparisons, and peer connections[J]. *Behav Res Ther*, 2022,154:104126.
- [29] 丘文福,林谷洋,叶一舵,等. 社交媒体使用对大学生焦虑的影响: 上行社会比较和心理资本的序列中介作用[J]. *中国特殊教育*, 2017(8):88-92.
- QIU W F, LIN G Y, YE Y D, et al. The effect of social media on college students' anxiety: the serial mediations of upward social comparison and psychological capital based on an analysis of Wechat and Qzone[J]. *Chin J Spec Educ*, 2017(8):88-92. (in Chinese)
- [30] RIDOLFI D R, MYERS T A, CROWTHER J H, et al. Do appearance focused cognitive distortions moderate the relationship between social comparisons to peers and media images and body image disturbance? [J]. *Sex Roles*, 2011,65(7/8):491-505.
- [31] FARDOULY J, PINKUS R T, VARTANIAN L R. The impact of appearance comparisons made through social media, traditional media, and in person in women's everyday lives[J]. *Body Image*, 2017,20:31-39.
- [32] BROWN Z, TIGGEMANN M. Attractive celebrity and peer images on Instagram: effect on women's mood and body image[J]. *Body Image*, 2016,19:37-43.
- [33] TREKELS J, EGGERMONT S. Linking magazine exposure to social appearance anxiety: the role of appearance norms in early adolescence [J]. *J Res Adolesc*, 2017,27(4):736-751.
- [34] FARDOULY J, VARTANIAN L R. Social media and body image concerns: current research and future directions[J]. *Curr Opin Psychol*, 2016,9:1-5.
- [35] CHOU H T, EDGE N. "They are happier and having better lives than I am": the impact of using Facebook on perceptions of others' lives [J]. *Cyberpsychol Behav Soc Netw*, 2012,15(2):117-121.
- [36] RODGERS R F, PAXTON S J, WERTHEIM E H. Take idealized bodies out of the picture: a scoping review of social media content aiming to protect and promote positive body image[J]. *Body Image*, 2021,38:10-36.
- [37] HOFFMAN P J, FESTINGER L, LAWRENCE D H. Tendencies toward group comparability in competitive bargaining[J]. *Hum Relat*, 1954,7(2):141-159.
- [38] WOOD J V. Theory and research concerning social comparisons of personal attributes[J]. *Psychol Bull*, 1989,106(2):231-248.
- [39] WANG Y, YANG J, WANG J, et al. Body talk on social networking sites and body dissatisfaction among young women: a moderated mediation model of peer appearance pressure and self-compassion[J]. *Curr Psychol*, 2022,41:1584-1594.
- [40] CAREY R N, DONAGHUE N, BRODERICK P. Body image concern among Australian adolescent girls: the role of body comparisons with models and peers[J]. *Body Image*, 2014,11:81-84.
- [41] LEVIN-ZAMIR D, LEMISH D, GOFIN R. Media Health Literacy (MHL): development and measurement of the concept among adolescents[J]. *Health Educ Res*, 2011,26(2):323-335.
- [42] World Health Organization. Health literacy[EB/OL]. (2024-08-05) [2024-11-08]. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/health-literacy>.
- [43] NORMAN C D, SKINNER H A. eHealth literacy: essential skills for consumer health in a networked world[J]. *J Med Internet Res*, 2006,8(2):e9.
- [44] 崔光辉,尹永田,王铭洲,等. 医学生电子健康素养与健康生活方式的关系[J]. *中国学校卫生*, 2020,41(6):936-938.
- CUI G H, YIN Y T, WANG M Z, et al. The relationship between e-health literacy and healthy lifestyle of medical students[J]. *Chin J Sch Health*, 2020,41(6):936-938. (in Chinese)
- [45] PAIGE S R, KRIEGER J L, STELLEFSON M, et al. eHealth literacy in chronic disease patients: an item response theory analysis of the eHealth Literacy Scale (eHEALS) [J]. *Patient Educ Couns*, 2017,100(2):320-326.
- [46] LIVINGSTONE S. Developing social media literacy: how children learn to interpret risky opportunities on social network sites[J]. *Commun*, 2014,39(3):283-303.
- [47] NAZARNIA M, ZAREI F, ROZBAHANI N. Development and psychometric properties of a tool to assess media health literacy[J]. *BMC Public Health*, 2022,22(1):1839.
- [48] ZUAIR A A, SOPORY P. Effects of media health literacy school-based interventions on adolescents' body image concerns, eating concerns, and thin-internalization attitudes: a systematic review and Meta-analysis[J]. *Health Commun*, 2022,37(1):20-28.
- [49] FLEARY S A. Development and validation of the adolescent media health literacy scales: rasch measurement model approach[J]. *JMIR Pediatr Parent*, 2022,5(2):e35067.
- [50] MCLEAN S A, PAXTON S J, WERTHEIM E H. The role of media literacy in body dissatisfaction and disordered eating: a systematic review[J]. *Body Image*, 2016,19:9-23.
- [51] TAMPLIN N C, MCLEAN S A, PAXTON S J. Social media literacy protects against the negative impact of exposure to appearance ideal social media images in young adult women but not men[J]. *Body Image*, 2018,26:29-37.
- [52] TIGGEMANN M, BARBATO I. "You look great!": the effect of viewing appearance-related Instagram comments on women's body image [J]. *Body Image*, 2018,27:61-66.
- [53] CUSUMANO D L, THOMPSON J K. Body image and body shape ideals in magazines: exposure, awareness, and internalization[J]. *Sex Roles*, 1997,37(9/10):701-721.
- [54] 全国人民代表大会. 中华人民共和国未成年人保护法[EB/OL]. (2020-10-17) [2024-11-08]. http://www.npc.gov.cn/npc/c2/c30834/202010/t20201017_308279.html.
- National People's Congress of the PRC. Law of the People's Republic of China on the protection of minors[EB/OL]. (2020-10-17) [2024-11-08]. http://www.npc.gov.cn/npc/c2/c30834/202010/t20201017_308279.html. (in Chinese)

收稿日期:2024-07-12 修回日期:2024-10-17 本文编辑:顾璇